Asociatia "HandHope"
Str. Baltaretu nr. 565
147240 - loc. Peretu
jud. Teleorman

Gândește-te la ceea ce ai,
nu la ceea ce ai pierdut"

ÎMPREUNĂ
revistă specială de informare și inspirație
pentru oameni speciali
Martie 2019
Se distribuie gratuit
Nr. 193

„Astăzi,
dacă auziți
glasul Lui,
nu vă împietriți
inimile!"
Evrei 4: 7

Editorial

ÎMPREUNĂ... de 16 ani!
sau
„...-ca pleava trece vremea-..."

Burcea Aurel
Președinte As. „HandHope"
Primvicepreședinte As. „Ridică-te și umblă"

Cât de repede zboară timpul! Parcă mai ieri apărea primul număr al revistei, iar acum....

De fapt, dacă stăm şi ne gândim, parcă mai ieri eram copii, parcă mai ieri... iar acum.... Când oare au trecut toţi aceşti ani, când oare a trecut vremea!!!

Și dacă a trecut, cum a trecut? Am lăsat vreo urmă pe acest pământ? Am lăsat vreo urmă în sufletul și inima vreunui om? Dacă astăzi mi-aș înceta existența, mi-ar simți cineva lipsa? Dacă astăzi mi-aș înceta existența, m-ar regreta cineva? Dacă...

Și întrebările ar putea continua!

continuare în pag. 2

DIN CUPRINS:

Răbdarea aduce biruința în încercare - pag. 3
El crede, și ce crede ia ființă - pag. 4
12 sfaturi de viață de la un copac - pag. 6
E bine să știm - pag. 7
Un mod de viață: As.„Ridică-te și umblă" - pag. 9
Litere de lege - pag.15
Anatomia unei grefe perfecte - pag.16
Chei care deschid o relație - pag.18

Gândeşte-te la ceea ce ai, nu la ceea ce ai pierdut!

continuare din pag. 1

Ar fi extraordinar dacă aceste întrebări (dar nu numai) ni le-am pune fiecare şi ne-am da şi răspunsuri la ele!

Eu mi le-am pus, însă în rândurile următoare doresc să pun aceste întrebări (poate şi altele) în dreptul revistei, căutând şi răspunsuri!

Mai înainte însă să fac aceasta, ţin să remarc, atât adevărul afirmaţiei din Sfânta Scriptură ***„… ca pleava trece vremea…”*** *(Ţefania 2: 2), cât şi constatarea, uşor melancolică, din primele rânduri ale acestui articol. Într-adevăr, parcă mai ieri alergam plin de viaţă; parcă mai ieri (5.09.1986), în urma unui plonjon într-o apă de mică adâncime, deveneam „posesor pe viaţă” al unui diagnostic crunt: „Tetrapareză spastică în urma unui traumatism vertebro-medular la nivelul C5-C6” sau mai simplu spus: paralizat de la gât în jos, cu tot ceea ce presupune aceasta: nevoia de a fi întors, de a fi urcat şi dat jos de pe căruţ, etc.; parcă mai ieri am vrut să-mi pun capăt zilelor; parcă mai ieri începeam să cred în bunul Dumnezeu şi să citesc Sfânta Scriptură; parcă mai ieri…*

Revenind la revistă, constat că şi-n dreptul ei se aplică aceste afirmaţii. Într-adevăr, parcă mai ieri (1988-1991), dată fiind propria experienţă de viaţă, am simţit nevoia de a exista „ceva” cu informaţii utile (nu exista internet, telefonie mobilă, iar la sate nici telefonie fixă nu prea exista); parcă mai ieri (1991-…) am început să mă rog (mă rog continuu) pentru ca El să facă să apară acel „ceva”; parcă mai ieri (2001) am primit îndemnul de a fi cel prin care să apară acel „ceva” (mă gândeam la un pliant), însă privind la „performanţele” mele, am respins cu putere acel gând; parcă mai ieri (2002) a revenit cu putere acel gând şi… am început demersurile (nu am mai privit la limitele mele mari, ci la atotputernicia Lui); parcă mai ieri (martie 2003) apărea primul număr - 4 pagini, 599 primitori; parcă mai ieri (aprilie 2003) numărul pagi-nilor a crescut la 8; parcă mai ieri (martie 2004) numărul paginilor a crescut la 12, iar numărul primitorilor a ajuns la 1.050; parcă mai ieri (iulie 2004) numărul paginilor a crescut la 16, iar coperta a devenit color; parcă mai ieri (iulie 2005) revista a ajuns la 20 de pagini; parcă mai ieri….

Ar fi multe de spus despre toate cele care au fost „parcă mai ieri”, însă un lucru este cert: ***„…ca pleava trece vremea…”***!

Revenind însă la întrebările de mai sus, la prima întrebare voi răspunde mai târziu, iar în ceea ce o priveşte pe a doua, dacă revista a lăsat şi lasă vreo urmă, ar fi multe de spus, inclusiv faptul că din 2013 revista a primit codul ISSN şi ISSN-L, ceea ce înseamnă că poate fi citită şi recitită chiar şi după ani şi ani, putând fi găsită şi în arhiva Bibliotecii Naţionale! Aşa că a lăsat şi lasă urme adânci şi pe termen lung!

Însă ceea ce este cel mai important este faptul că revista, în toţi aceşti ani de apariţie, a lăsat urme frumoase în inimile şi sufletele multor oameni! Astfel, când primeşti mesaje, scrisori, telefoane în care ţi se spune că de când primeşte revista a renunţat la sinucidere, sau că a început să creadă şi să se încreadă în Dumnezeu, sau că a început să se privească ca un om normal, că nu-i mai este ruşine să iasă pe stradă (conform sociologilor 2 / 3 dintre persoanele cu dizabilităţi nu ies din casă), că a intrat în posesia drepturilor stipulate de lege (până să primească revista mulţi nu le cunoşteau), că şi-a regăsit colegi şi prieteni vechi pe care nu-i mai văzuse de ani de zile, sau că şi-a găsit tovarăşul de viaţă, sau că a început să meargă iarăşi la Biserică

continuare în pag. 17

SPONSOR: A.S.I. ROMANIA
CONTACT: Str. Mureşului, nr. 1, loc. Nazna, jud. Mureş, cod 547526 tel. 0265-320548;
www.asiromania.ro

Asociaţia “HandHope”
Burcea Aurel, str. Bălţăreţu nr. 565, loc. Peretu, jud. Teleorman, cod 147240,
Tel. 0765-365533 e-mail: aurelsda@yahoo.com
C.I.F. 14877902
Cod IBAN: RO80RNCB0245036735870001 B.C.R. Alexandria
ISSN 2360 - 6061
ISSN-L 2360 - 6061

Tipărită la Tipografia „Gîgîlice”, tel. 0247-313041 şi 0748-137997

Răbdarea aduce biruința în încercare

de **Murărescu Tabita Cristina**

"Mă numesc Murărescu Tabita Cristina și m-am mutat în orașul Făget în anul 2005. M-am născut în urmă cu 40 de ani într-o familie de creștini penticostali în Timișoara.

La vârsta de 25 de ani pe când lucram ca Operator Calculator la o firmă, Dumnezeu a îngăduit să trec prin încercarea care face subiectul mărturiei mele.

Necazul a început într-o seară când primul semnal că mă îmbolnăvesc s-a produs pe când eram la muncă și mi s-a întunecat vederea, eram slăbită și mi-a trebuit aproximativ jumătate de oră să-mi revin din starea pe care o aveam. Al doilea semnal a fost când mă îndreptam spre casă, un bătrân ce venea din direcția opusă s-a apropiat de mine și m-a întrebat ce am pățit. Eu i-am răspuns că sunt bine și am mers mai departe. Realizam că piciorul drept nu mă mai ascultă și nu mai reușeam să păstrez direcția, deplasându-mă mereu spre partea dreaptă. M-am oprit să mă sprijinesc de un stâlp și mi-am dat seama că am nevoie de ajutor. În fața mea erau niște băieți pe care am încercat să-i strig, dar nu mai puteam vorbi. Văzându-mă în condiția asta s-au oferit să mă conducă acasă, iar în timp ce mergeam am reușit să le spun și unde locuiam.

În perioada aceea stăteam în gazdă cu o prietenă, care de cum m-a văzut s-a dus să-l cheme pe fratele Dorel Rus, care mergea la Biserica Speranța pe care o frecventam și eu. Acesta s-a rugat pentru mine.

Din cauză că nimeni nu bănuia ce anume mi-a provocat starea în care eram, nici chiar eu, nu m-am dus la Spital în acel moment.

Mă durea foarte rău capul, iar dimineața când m-am trezit eram paralizată pe partea dreaptă, dar nu eram conștientă de acest fapt. Prietena mea trebuia să plece la serviciu și l-a chemat pe cumnatul meu la mine care m-a dus la Spital. Aici mi s-a făcut o tomografie și mi s-a pus diagnosticul: Infarct Cerebral Ischemic.

Medicii mi-au spus că aveam o parte din creier uscată. După ce m-au dus în salon și mi s-a administrat o perfuzie am adormit, iar de aici am intrat în comă timp de o zi și o noapte. Când m-am trezit, mama mea era lângă mine, dar eu încă nu eram conștientă de ce se întâmplă în jurul meu. În a doua săptămână după accident, tinerii de la Școala Biblică din Timișoara m-au vizitat și am reușit să cânt și eu cu ei, cu toate că până atunci nu am putut să vorbesc.

După cele trei săptămâni de spitalizare, medicul i-a spus cumnatului meu că având în vedere starea în care mă aflam, nu mai puteam să merg, să vorbesc, să scriu sau să citesc, el nu mai credea că mă voi putea recupera suficient, cel puțin mâna dreaptă era irecuperabilă. După cele întâmplate am fost o singură dată la recuperare la Cluj, după care am mers singură. Au urmat câțiva ani în care am mers și la Dezna și la Buziaș tot pentru recuperare.

Mama mea a avut o proorocie în care Domnul i-a spus că mă va vindeca asemenea melcului, treaptă cu treaptă, pas cu pas.

Binecuvântat să fie Domnul care a avut milă de mine, chiar dacă eram între viață și moarte. De atunci au trecut 15 ani. Domnul Isus să aibă milă de mine în continuare și să mă vindece în totalitate.

Am primit botezul cu Duhul Sfânt la începutul anului 2017 în Făget. Am perseverat în citire, mă folosesc de mâna stângă ca să scriu, cu gura mea Îl mărturisesc și Îl slăvesc pe Acela care S-a îndurat de mine și merg plină de bucurie pe piciorele mele.

Pentru aceasta Îi mulțumesc necontenit Domnului Isus și îndemn pe oricine citește această mărturie să se încreadă în Domnul, indiferent de situația în care se află.

Isus este Medicul medicilor și nimic nu-i este cu neputința celui ce crede."

"Tu, Doamne, nu-mi vei opri îndurările Tale, căci bunătatea și credincioșia Ta mă vor păzi totdeauna." Psalmul 40:11.

-sfârșit-

„Degeaba ştii să citeşti dacă nu ai citit niciodată Biblia!”

El crede, şi ce crede ia fiinţă

-ultima parte-

Nicu Butoi

La dreapta sau la stânga

Trecând printr-o librărie în aeroportul din Atlanta, am reţinut titlul unei cărţi şi ideea pe care o comunica acesta. Cartea se numea: Cine zice că nu poţi? Tu zici! Ceea ce se cere de la noi este cu totul altceva: „Stai la dreapta Mea!” Acest lucru se traduce simplu prin îndemnul: „Fii de partea lui Dumnezeu!” Aceasta înseamnă a sta la dreapta Lui. Atunci când vorbeşte de împărţirea oamenilor la dreapta şi la stânga Lui, Dumnezeu ne spune, de fapt, că în lume sunt doar două categorii de oameni: cei care sunt de partea Lui şi cei care sunt împotriva Lui. Nu există acea ţară a nimănui: „Cine nu este cu Mine este împotriva Mea.” (Ieremia 13:23) A sta la dreapta Lui înseamnă a lua poziţie de partea lui Dumnezeu, înseamnă a-l da dreptate lui Dumnezeu, înseamnă a găsi plăcere în căile Lui, înseamnă să avem în noi „gândul care era şi în Hristos Iisus” (Filipeni 2:5). În timp ce noi împlinim această chemare a lui Dumnezeu de a sta la dreapta Lui, El se ocupă de vrăjmaşii binelui, frumosului şi adevărului din fiinţa noastră: „Voi pune pe vrăjmaşii Tăi sub picioarele Tale.” (Psalmii 110:1) Mesajul acesta include, prin extrapolare, tot ceea ce se ridică împotriva planului lui Dumnezeu cu viaţa noastră şi împotriva oricărei dorinţe de bine din viaţa noastră. Aceştia sunt vrăjmaşi reali, fie că e vorba de păcat, de dependenţă, de imprejurare sau de starea emoţională nefericită. „Şezi la dreapta Mea”, spune Domnul, „fii de partea Mea şi Eu voi pune piciorul tău peste gâtul răului care stăpâneşte acum viaţa ta şi o împiedică să se bucure de libertatea sfinţilor în lumină.” Pavel dă ecou acestei făgăduinţe: „Dumnezeul păcii va zdrobi în curând pe Satana sub picioarele voastre.” (Romani 16:20)

Desigur, privind la starea noastră de moment în raport cu înălţimea chemării noastre, avem motive să spunem, împreună cu Ilie: „Nu sunt mai bun decât părinţii mei.” (1 Împăraţi 19:4) Dar să nu uitam că, deşi între o ghindă şi un stejar sunt multe diferenţe, totuşi în ghindă se află deja tot ceea ce este necesar ca, în condiţii adecvate, aceasta să devină un stejar, o pădure şi o nesfârşire de păduri. Acolo, în ghinda aceea mică, este prezent într-o formă concentrată tot ceea ce va fi stejarul de mâine. Aşa este şi cu noi: „Nu duceţi lipsă de niciun fel un dar” (1 Corinteni 1:7), spune Biblia şi, fiindcă noi nu suntem în sine, ci în Hristos, suntem asiguraţi: „Voi aveţi totul deplin în El.” (Coloseni 2:10)

A şedea la dreapta lui Dumnezeu nu înseamnă a fi indiferent sau a nu participa, ci înseamnă, dimpotrivă, a fi activ de partea lui Dumnezeu, pentru transformarea, dezvoltarea şi împlinirea vieţii tale. Cuvintele din Proverbele: „Eu eram meşterul Lui, la lucru lângă El” (Proverbele 8:30) se aplică, în egală măsură, lucrării lui Iisus la crearea lumii, dar şi lucrării tale şi ale mele în edificarea fiinţei noastre după chipul şi planul lui Dumnezeu cu noi. Tu, la dreapta lui Dumnezeu, şi Dumnezeu, la dreapta ta: „Am necurmat pe Domnul înaintea ochilor mei: când este El la dreapta mea, nu mă clatin.” (Psalmii 16:8, subl.ad.)

Rodirea nu are o singură condiţie, ci două: „Dacă rămâneţi în Mine şi dacă rămân în voi cuvintele Mele.” (Ioan 15:7) Noi suntem, cum spuneam mai sus, în egală măsură „împreună-moştenitori”, dar şi „împreună-lucrători” cu Hristos. În lupta pentru transformarea, dezvoltarea şi împlinirea vieţii noastre, fără noi Dumnezeu nu poate face mai mult decât putem face noi fără Dumnezeu. „De câte ori am vrut (…) şi nu aţi vrut!” (Matei 23:37) Vrerea lui Dumnezeu devine atotputernică doar atunci când se împleteşte cu vrerea noastră.

„Luptă-te lupta cea bună a credinţei” (1 Timo-

continuare în pag. 5

continuare din pag. 4

tei 6:12), îi spunea Pavel lui Timotei, adică luptă de partea lui Dumnezeu, la dreapta Lui. „Crezi lucrul acesta?" (Ioan 11:26) o întreba Iisus pe Marta. Crede în puterea credinţei tale şi credinţa aceasta va deveni faptă. Un proverb cu autor incert spune că „peştera în care ţi-e frică să intri este locul unde se găseşte comoara pe care o cauţi". Nouă nu ne este frică de peşteră sau de valea umbrei morţii, ci de singurătate. Frica şi credinţa sunt surori, fiindcă ambele se sprijină pe cele nevăzute, dar considerate existente. Opusul fricii nu este curajul, ci credinţa, îşi intitula cartea Joan E. Ruffinns. Curajul vine ca urmare a credinţei sau piere prin atacul necredinţei.

Dumnezeu are un plan cu tine. Ai şi tu un plan cu Dumnezeu pentru viaţa ta? Crezi în visul lui Dumnezeu cu tine şi în visul tău cu Dumnezeu? În ce priveşte visul vieţii tale, eşti la dreapta sau la stânga lui Dumnezeu? Îl ai pe Dumnezeu la dreapta sau la stânga ta? Visul vieţii tale se va împlini doar atunci când va vibra în armonie cu visul lui Dumnezeu: „S-a părut nimerit Duhului sfânt şi nouă" (Faptele apostolilor 15:28) este taina evanghelizării lumii în timpul apostolilor, dar şi taina împlinirii marilor visuri.

Promisiunea lui Iisus că va fi cu noi a fost însoţită de îndemnul de a merge în lucrare. Aceste două moduri ale Sale de exprimare, luate împreună, au putut naşte realitatea potrivit căreia Evanghelia va fi propovăduită oricărei făpturi de sub cer. Lucrul acesta este la fel de adevărat astăzi ca şi atunci când a fost spus. Este la fel de adevărat în evanghelizare, cât şi atunci când e vorba de sănătate, familie sau carieră profesională.

„Căci El zice, şi se face; porunceşte, şi ce porunceşte ia fiinţă" (Psalmii 33:9) al lui Dumnezeu se reflectă în faptul că omul crede şi ce crede ia fiinţă. Dacă, într-adevăr, făgăduinţa pe care Dumnezeu ţi-o face ţie şi făgăduinţa pe care tu I-o faci lui Dumnezeu formează o singură realitate, atunci vei crede şi se va face. Domnul Iisus a spus:„Facă-ţi-se după credinţa ta!" (Matei 8:13) sau „credinţa ta te-a mântuit." (Marcu 5:34) Refuzul de a-L crede pe Dumnezeu pe Cuvânt este echivalent cu condamnarea la moarte a acestui Cuvânt. În aceeaşi măsură, aspiraţiile noastre, inspirate de Divinitate, trăiesc sau mor în funcţie de credinţa cu care le întâmpinăm. Refuzul de a crede reprezintă sfârşitul visului vieţii tale. Parafrazându-l pe Sinclair Lewis, am putea spune că noi nu murim, noi ne omorâm, fizic, moral sau spiritual. O categorie de oameni îşi sapă mormântul cu tacâmurile. Acelaşi lucru se poate spune şi în dreptul celor mai înalte, mai nobile şi mai frumoase aspiraţii ale omului. Ele trăiesc şi devin realitate prin credinţă sau se ofilesc şi mor prin necredinţă.

Împletirea voinţei şi puterii lui Dumnezeu cu voinţa omului şi cu neputinţa acestuia este sămânţa care va ajunge mâine în grânarul cerului. Visul de astăzi este realitatea de mâine. Nu uita că zborul a fost timp de milenii un vis al omului. Astăzi, zborul nu mai este un vis, ci o realitate de vis. Visul cel mai înalt al omenirii este ca, într-o zi, pământul să fie o oază de pace, să nu se mai facă niciun rău pe el, omul să trăiască în deplină armonie cu natura şi Dumnezeu să fie totul în toţi. Nu e orice vis, este marele vis, unul care pare imposibil de realizat, şi, despărţit de Dumnezeu, aşa şi este. Nu uita că schimbarea lumii este suma schimbărilor oamenilor care o populează, ale fiecăruia în parte. Tu eşti unul dintre ei. Întrebarea care te priveşte personal şi direct este următoarea: Cum arată fiinţa şi situaţia ta de mâine în lumina credinţei tale de azi? Este ceva de vis sau de coşmar? Oricum ar arăta acum, nu uita că totul se va face după credinţa ta. Unde te-ai aşezat, la dreapta sau la stânga lui Dumnezeu? Unde L-ai aşezat pe Dumnezeu în viaţa ta, la dreapta sau la stânga ta? Tot ce vei fi vreodată în prezenţa lui Dumnezeu eşti deja astăzi în lumina şi prin puterea credinţei tale, căci despre tine, despre mine şi despre om în general se poate scrie: El crede, şi ce crede ia fiinţă.

-sfârşit-

SURSĂ:Semnele timpului, februarie 2018, ediţie tipărită
https://semneletimpului.ro/religie/crestinism/el-crede-si-ce-crede-ia-fiinta.html
Preluat cu permisiune

12 sfaturi de viață de la un copac

Nu știu voi, dar eu iubesc copacii. Toți, fără excepție, necondiționat. Cei mici, cei mari, cei cu roade, cei fară roade, cei drepți, cei strâmbi, cei înalți și cei scunzi, cei tineri și cei bătrâni. Toți!

Cele 12 sfaturi de la un copac sunt un fel de a vedea lumea prin prisma unui copac. Este un exercițiu de răbdare, toleranță, iubire și dăruire. Încearcă să te imaginezi copac. Să presupunem că poți simți, poți vedea și poți auzi, dar nu poți vorbi, nu te poți mișca și nu te poți împotrivi în nici un fel, la nimic din ceea ce se petrece în jurul tău. Sfaturile unui copac te vor face să vezi lumea altfel.

1. Nu depinde de tine cum te naști. Copacii sunt de mai multe feluri. Salciile sunt triste, stejarul puternic, arțarul mândru, însă fiecare are același potențial și e unic în felul lui. Folosește-ți propriile abilități. În baza lor vei putea obține deprinderi noi.

2. Găsește-ți energia și puterea în tine. Copacii așa fac iarna, când e frig și vara când este foarte cald.

3. Fii flexibil. Dacă un copac ar rămâne rigid, crengile s-ar rupe, tocmai de aceea trebuie să fii mereu în ritmul timpului, nu împotriva lui.

4. Bucură-te de vremurile ploioase. Nu numai că vei aprecia mai mult soarele, dar vei crește frumos. Acum imagineaza-ți că ploaia sunt zilele tale grele…

5. Nu există copac urât, doar ochi care nu știu să privească și să vadă.

6. Evoluează în ritmul tău și bucură-te de drumul creșterii tale. Copacii nu știu ce este aceea invidie și nu se compară unul cu altul.

7. Nimic nu durează, totul este trecător. Și nouă ni se usucă ramuri, unele sunt rupte, altele putrezesc, frunzele cad, uneori suntem bolnavi…. Nu stăm să plângem, ci ne bucurăm în fiecare clipă de ceea ce avem.

8. Rădăcinile puternice te ajută de fiecare dată. Nu uita de unde ai plecat și ce lecții ai învățat pe parcursul creșterii tale.

9. Câteodată viața poate să-ți pară grea sau tristă. Nu renunța tocmai atunci!

10. Nu este nimic greu! Un copac nu spune nu pot să înfloresc sau nu vreau să rodesc, sau o să fie greu plin de poame, dureros și inconfortabil! Un copac, pur și simplu o face: înflorește, face fructe, lasă frunzele să-i cadă… Totul cu încredere și ușurință.

11. Nu aștepta fericirea, alege-o! Putem alege fericirea în momentul prezent, în locul în care suntem, cu resursele pe care le ai atunci. Ce o să fie mâine, o se vedem, mâine.

12. Renunță la trecut. Ce rost are să te gândești la iarna grea de acum doi-trei ani, în loc să te bucuri de primavară de acum!

-sfârșit-

Mica enciclopedie de sănătate
E bine să știm

Alimentele care favorizează sănătatea tractului urinar

Articol prelucrat de **Mârzac Diana - Maria**
Asistent Director Fundaţia Alinare

Dacă vorbim despre o uzină sau o fabrică, nu vorbim doar despre materialul asamblat pentru o folosință, ci și despre materialul rezidual, care trebuie îndepartat din acel loc, pentru a menține o funcționare curată, igienică, ordonată și cursivă.

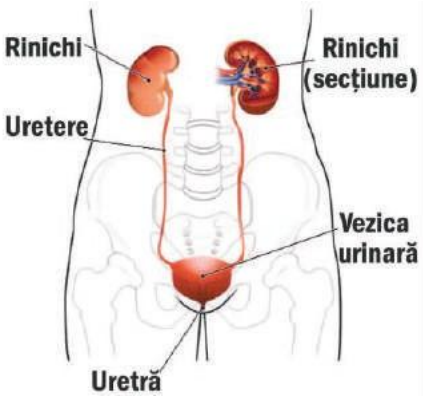
Același proces este valabil și pentru organismul uman, care este unul dintre cele mai bine puse la punct "uzine automate".

Poate vă întrebați: dacă mănânc sănătos, mai există reziduuri? Ce sunt acestea?

Indiferent ce mâncăm vor exista reziduuri, însă importantă este calitatea și cantitatea acestora.

De asemeni, este importantă și relația dintre organe și chiar relația dintre sistemul nervos și tractul urinar.

Reziduurile sunt: toxine care au fost descompuse din alimentele digerate, și pe care organismul le dedectează și le elimină, substanțe chimice, tot din alimentele pe care le digerăm, excesul de proteine, lipide, glucide, etc.



Ce organ se ocupă de filtrarea acestor toxine?

Când vorbim despre tract urinar, vorbim în primul rând despre rinichi, care se ocupă de detectarea și eliminarea toxinelor din organism.

Cei doi rinichi au formă de boabă de fasole, cu o lungime de 12 cm și o lățime de 6 cm. Fiecare cântărește circa 150 g. Deși sunt mult mai mici decât filtrele obișnuite create de om, aceștia fac față zilnic timp de... o viață întreagă la filtrare de mai multe ori pe zi.

Rolul lor principal este de filtrare a sângelui.

Rinichii au și alte funcții vitale: mențin constant volumul de apă în corp, echilibrează concentrația sangvină în substanțe chimice precum potasiul și sodiu, reglează tensiunea arterială prin secreția de renină, secretă anumiți hormoni care sunt implicați în activități importante în organism, etc.

Câteva curiozități despre rinichi

Rinichii pompează circa 200 litri de sânge prin cei 225 km de tuburi și prin cele două milioane de filtre numite nefroni, zi de zi!

Se produce aproximativ un litru și jumătate de urină, în 24 de ore.

Funcția renală poate fi asigurată corect și de un singur rinichi sănătos.

Nucile sunt recomandate celor care au afecțiuni renale, deoarece ele tonifică rinichii și îi ajută să funcționeze bine. Chinezii cred că rinichii sunt cheia care menține echilibrul și energia organismului și vorbesc despre nuci ca fiind "fructul longevității".

Rinichiul este locul de secreție a unor hormoni, (eritropioietina, renina, vitamina D activă), de degradare a unor hormoni polipeptidici sau locul unde actioneaza hormonii secretați în alte organe. Din acest motiv rinichii au un important rol endocrin.

Acești hormoni mențin sângele la cote normale (sunt cel mai puternic vasoconstrictor din organism), stimulează formarea de globule roșii, de aceea în boala cronică de rinichi moderată-severă apare ca o complicație anemia secundară renală, au o acțiune hipotensivă de scădere a presiunii arteriale. Tot ei au rol în producerea unei vasodilatații locale și creșterea permeabilității capilare - datorită lor, în timpul efortului fizic și febrei, în urină apar proteine.

Deși ne dăm seama prea puțin, rinichii sunt asociați cu emoțiile negative de frică și emoțiile pozitive de bunătate și blândețe. Frica este în strânsă legătură cu activitatea glandelor suprarenale care se afla în partea de sus a rinichilor. Glandele suprarenale secretă adrenalina atunci când sunt stimulate de răspunsul organismului.

Boli ale rinichilor

Ca în orice uzină, există posibilitatea ca în lipsa unei utilizări adecvate a materialelor prime, sau a exceselor de reziduuri, ori în lipsa "unui personal calificat", reprezentat de sistemul circulator și sistemul de

continuare în pag. 8

continuare din pag. 7

apărare al organismului, uzina să cedeze.

Ceea ce este cel mai teribil este că o persoană își poate pierde 90% din funcția renală înainte de a apărea primele simptome de boală cronică a rinichilor.

De aceea este foarte important să ne îngrijim organismul cât putem de bine!

Cele mai frecvente boli ale rinichilor sunt: complicațiile renale ale diabetului zaharat, hipertensiunii arteriale, boli vasculare arteriosclerotice, boli imunologice (lupusul eritematos sistemic sau vasculitele), boli primitive ale rinichilor (glomerulonefrite, boli de rinichi toxice sau metabolice, pielonefrite cronice, boli ereditare pentru polichistoza renală). Acestea poartă termenul generic de boli cronice de rinichi.

În diverse țări, studiile epidemiologice au arătat că există o populație de 9-14% care suferă de o astfel de boală. În România, se raportează 10-11%, adică 2 milioane de oameni!

Pe lângă aceste boli cronice, apar și altele, legate de afecțiuni frecvente ale rinichilor, cum ar fi:

Litiaza renală este caracterizată prin formarea de calculi (pietre) în bazinet și căile urinare. Calculii apar din cauză că unele substanțe chimice din urină se transformă în cristale. Pietrele de dimensiuni mici pot fi eliminate prin urina, dar deplasarea lor în interiorul rinichilor poate produce dureri destul de puternice.

Calculii mari irită și dilată ureterul pe măsură ce se deplasează spre vezică, provocând dureri violente. Un calcul de dimensiuni mari poate răni serios rinichiul sau poate bloca căile urinare. Se recomandă vizitarea doctorului și modificarea dietei alimentare, prin creșterea consumului de apă (pentru ajutarea la eliminare), lămâi, alune de pădure, fibre, magneziu, etc.

Infectiile rinichilor apar cand bacteriile care pătrund în organism ajung la rinichi. Netratate, aceste infecții pot produce distrugeri ireversibile la nivelul rinichiului.

Glomerulonefrita - inflamația capilarelor glomerulare. Poate apărea după o infecție streptococică: amigdalită, sinuzită, otită, infecție dentară, scarlatină... Se manifestă prin: dureri lombare, cefalee, grețuri, febră și frisoane, lipsa poftei de mâncare, paloare. Se recomandă vizitarea doctorului și eliminarea grăsimilor și proteinelor din carne din alimentație.

Pielonefrită - inflamația spațiului dintre nefroni (cei care sunt responsabili cu filtrarea). De obicei, infecția apare din cauza bacteriilor care ajung la rinichi din vezica urinară sau din căile urinare. Simptome: febra, frisoane, cefalee, dureri lombare, cantitate mare de urină.

Se recomandă vizitarea doctorului, menținerea corpului în bune condiții, consumul de apă și ceai regulat; acestea favorizează ameliorarea acestor simptome.

Există multe alte boli care spun ceva despre starea de sănătate a rinichilor noștri. Există însă și un remediu, de prevenție și menținere a sănătății acestora.

Este vorba despre alimentație.

Ce ar trebui să includ în viața mea?

În primul rând ar trebui să bem mai multă apă. Apa ajută la purificarea și îndepărtarea reziduurilor din organism. Periodic este benefic și consumul de ceai din plante medicinale, care poate ajuta la detoxifierea organismului.

În al doilea rând, este nevoie de introducerea de alimente crude în dieta noastră: verdețuri (leuștean, țelină, sparanghel), salatele de legume (roșii, castraveți, țelină, morcov, vinete gătite, etc), semințele (nuci în special, alunele de pădure), fructele (caise, mere, piersici, curmale, struguri, pepenele verde, galben, afine, etc).

În al treilea rând, este nevoie de a ne feri de stres și frică. De multe ori ne lăsăm agitați de lumea înconjurătoare, de propriile gânduri, nereușite, și ne blocăm atât din punct de vedere emoțional cât și fizic. Frica duce la un ritm de respirație greoi, sau prea alert, ceea ce duce la o circulație a sângelui dezechilibrată, ceea ce duce la diferite disfuncții ale stomacului și ale tractului urinar. Exercițiul fizic ne ajută să eliminăm din tensiunea ce se adună în noi. Iar rugăciunea, ajută ca acea tensiune să ajungă în mâinile cui trebuie, spre a fi rezolvată!

Dacă vrem să ne bucurăm de sănătate, haideți să lăsăm în mâinile Celui Atotputernic grijile și fricile noastre, și să trăim, ca niște copii ascultători, îndeplinind ce ține de noi!

În felul acesta uzina noastră va căpăta un zumzet plăcut, iar noi ne vom putea concentra pe lucruri importante!

Vă doresc ca în această primăvară să aveți parte de o dietă sănătoasă, de multă mișcare, și rinichi sănătoși!

Bibliografie

Sănătate prin alimentație, Dr. George Pamplona-Roger, ed Viață și sănătate

https://www.romedic.ro/cabinet-nefrologie-dr-sotila-gianina-gabriela/articol/16320

https://sanatatea.com/pub/sanatate/3962-rinichii-filtrul-organismului-curiozitati.html

https://www.touchofadream.ro/2012/11/plamanii-si-rinichii-stiati-ca/

-sfârșit-

De ce să votez?

LUCIAN ALDEA - președinte
Asociația „Ridică-te și umblă”

La marginea unui orășel de munte, pe o costișă împădurită, nenea Anghel și-a ridicat aproape de unul singur o casă. Până aici nu ar fi nimic neobișnuit dacă nu aș mai adăuga că dânsul este o persoană cu dizabilități care se deplasează cu greu și nu își poate folosi mâinile întru-totul. Panta abruptă nu permite accesul mașinii decât până la poalele costișei, urcușul făcându-se pe o potecă de vreo 100 de metri. Astfel că el cunoaște fiecare cărămidă, fiecare sac de ciment sau alt material folosit la casa lui. Cu răbdare, migală și sudoare și-a făcut un loc al lui în care respiră aer curat, găsește inspirație în peisajul montan pentru invențiile sale și când și când mai primește vizita vreunui urs sau a vreunei veverițe.

În timp ce europenii discută despre culoarea draperiilor și alte lucruri aproape irelevante la o casă, noi discutăm despre utilități și amplasamentul construcției. Fără integrarea în U.E. persoanele cu dizabilități din România nu s-ar fi bucurat de un plan arhitectural care să ne facă să visăm că într-o zi vom fi priviți ca toți ceilalți și ne vom putea bucura și noi măcar de dreptul la viață. Visăm la un acces firesc pe stradă, în mijoacele de transport și în toate instituțiile, la servicii medicale specializate pentru dizabilități, la personal medical instruit, la aparatură adaptată, la un spital dedicat pentru cei cu distrofie musculară, la venituri și drepturi decente atât pentru cei cu handicap, cât și pentru asistenții personali, și lista este lungă. Ne întrebăm câtă răbdare să mai avem când vedem cum trece timpul peste noi și în loc de progresele acelea mici și sigure ale lui nenea Anghel vedem regres, indiferență și aroganță?

Cu răbdare, migală și sudoare, pe 12 februarie, la -2 grade Celsius, 250 de copii și adulți cu dizabilități, părinți și însoțitori, au mers în Piața Victoriei cerând Guvernului să recunoască practic dreptul nostru la viață. Dacă ar fi fost vreun „gay parade” mediatizarea și atenția factorilor decidenți ar fi fost mai mare, dar subiectul nu a prezentat mare interes decât pentru televiziunile opoziției în contextul denunțării defectelor Legii bugetului. Moralitatea ne cere ca să protejăm dreptul omului la viață, mai ales când acest drept este amenințat și de corupție.

Pe zi ce trece, criza persoanelor cu dizabilități din România se accentuează și este nevoie de unitate în a cere dreptul la viață. Suntem mulți, dar cam individualiști. În țara noastră avem aproximativ 600 000 de persoane cu dizabilități cu drept de vot la care se adaugă și aparținători cel puțin încă pe atât ceea ce rezultă un număr total de voturi egal cu câte a luat al doilea partid al țării la ultimele alegeri parlamentare! Vedeți de ce nu este interes la nivel național cu privire la asigurarea dreptului de vot al pesoanei cu dizabilități? Observați cât de important este sa votăm? Numeric am fi o forță. Nu mai trebuie decât cineva care să-și asume pe agenda sa drepturile persoanei cu dizabilități. Acel cineva ne va uni. Deocamdată, în afară de Iisus nu știm pe nimeni care să-și asume cauza. De altfel, speranțele noastre se îndreaptă mereu către El. Ne rugăm ca să trimită un om cinstit care să-și asume aplicarea drepturilor persoanei cu dizabilități.

La final, mai menționez că votul este dreptul nostru conferit de Dumnezeu pentru aceste timpuri de libertate prin care orice cetățean al țării este invitat să participe la conducerea statului. Un drept îl ai doar dacă îl exerciți. Să facem tot ce depinde de noi ca să votăm, Dumnezeu are căi nebănuite.

-sfârșit-

SĂPTĂMÂNĂ GREA

Bucuros şi plin de viaţă,
M-am trezit luni dimineaţă
Şi, foarte mândru de mine,
M-am gândit marţi foarte bine
Să mă duc, cu mult tupeu,
Miercuri, la muncă şi eu,
Dar joi, când am văzut bine
Că ziua de vineri vine,
Mi-am zis foarte hotărât:
"Nene, ţie ţi-e urât?
Ce să cauţi tu, om mare
Şi în burtă şi-n picioare,
Tocmai sâmbătă adică
La serviciu vasăzică
Din moment ce, cu mândrie,
Duminica - se prea ştie
Spontan şi instantaneu!-
E zi liberă mereu?"

Petrache Florian
Puchenii Mari - Prahova

PORTRET

Eroina de pe Jiu
Avea ochii ca măslina,
Ca înserarea într-un târziu
Când o mângâie lumina.

Firavă la trup, sulfină,
Ardea în ea o torţă luptătoare
Sava decantând verde-n tulpină
Şi frunzele lumină de izvoare.

Laura Vega
Râmnicu Vâlcea
vol. „Memoria lacrimei"

RIDICĂ-MĂ DINTRE BURUIENI

Iartă-mă, DOAMNE...
Ajută-mă,
În verile superbe
-(gândite de TINE),-
sărmanul meu trup de carne,
(osândit la tăcere),
ce vede numai
viitoarele zăpezi aprige,
care încă dorm
deocamdată, sub tainice lacăte.
Ajută-mă să fiu primenit
și spălat pe îndelete
de torențiale rugăciuni!.
Doresc, (și singur nu pot),
să redevin viu, copilăros,
să mă bucur ștrengar, de
ploi și îngheț, să bat la porți...
În pacea Luminii,
(la vremea hotărâtă)
să trec, spre Dincolo!...
Împăcat, mai ales, cu mine,
că am dat tuturor
o fărâmă, mică, mică, mică,
-de bine!,-

Nicu Popcov
București

RAM DESPICAT

Iubindu-te
mai presus de ființa mea,
am devenit sclava
acelei iubiri inexistente.

Magdalena Dorina Suciu
Din vol. „Voluptăți imperceptibile"

CREDINŢA E UN DAR!

Credinţa e un dar, e o comoară cerească.
Cadoul minunat ce ne-a dat Dumnezeu!
Care nu poate să ni-l dea altcineva
Şi nimeni nu-l poate lua de la noi!
Credinţa e putere, e stânca, e învierea
Care ne dă însănătoşire sufletului,
Trupului care cu credinţă cere!
Numai prin credinţă putem să facem bine,
Să iubim cu sinceritate pură, să fim în părtăşie,
Să ne rugăm unii pentru alţii!
Prin credinţă se transformă viaţa
Numai aşa putem păşi în viaţă fericiţi să fim!
O, dacă în toate inimile flacăra credinţei ar arde,
Din dezamăgire, speranţă ar înflori!
Dintr-o viaţă fără ţel, ar fi o viaţă cu ţel binecuvântat!
Domnul Isus nu lasă ca din inima şi din sufletul nostru
Să se stingă credinţa, acest dar minunat
Să ne călăuzească aici şi în veşnicie! Amin

Balint Eniko

MAMA MEA

Sunt tare. Puternică
Stâncoasa cale a vieții
Am străbătut cu credință
Cu mândria în suflet
Păşesc spre luminoasa aurora
De la 11 luni de viață să constați
Că ești pecetluită pentru restul vieții
Cu tetrapareză spastică
Până la vârsta de 20 de ani...
Am colindat spitale, centre
Recuperare la noi în țară
Peste hotare, în China și Ucraina
Intervenție cu celule stem
18 intervenții chirurgicale
Prelungiri de mușchi și tendoane
Am adunat răbdare pentru 100 de ani
Suferind, în veci nu mi-am plâns soarta
Nu m-am plâns, nu mi-am alterat gândirea
Am spus că sunt stejarul neclintit
Am venit în lume într-un moment nepotrivit
Când soarele cu raze îndoliate s-a ivit.
Nu vreau să-mi scriu suferința
Că n-am avut bucuria
Copilăriei zgomotoase, sănătatea sfântă,
Eternă ca sămânța
Fecundă ca sărutarea soarelui.
Deseori, disperată m-a înecat plânsul
Virtutea ce-mi dădea curaj, forță
De nenumărate ori a încercat să moară
Dureri cumplite am suferit...
Când mintea mea se zbătea-n întuneric
Iar trupul între viață și moarte
Sprijin, tratament, leac, mi-a fost:
Calmul Dumnezeiesc al mamei
Bunătatea, credința, zâmbetul și înțelepciunea
Am simțit că mă îmbrac din trupul mamei
M-a întărit în lupta cu viața, cu boala
Ai înfruntat multe, prea multe pentru mine
Mă aplec cu respect, recunoștință și iubire
Că ai reușit să resalți în mine mândrul stejar, neclintit
Din scaunul meu cu rotile mă ridic cu respect
să-ți sărut tâmplele cu fire albe și strălucitoare.
Mamă scumpă, binecuvântează-mă și rămâi
să strălucești aici și apoi...

Cidem Narcis Brâslașu
Constanța

SPERANŢA

Speranța este visul,
care ne ajută,
ne arată la tot pasul,
că viața merită trăită.

Atât cât mai respir,
nu încetez să sper
și în viață cât trăim,
nu e pierdut nimic.

Speranța este hrana,
oamenilor ce cred în viață,
cea care moare ultima,
se deșiră ca o ață.

Adrian Spiridon Marin
Costești - Argeș

EU VREAU SĂ FIU CU TINE

Eu vreau să fiu cu Tine
Căci numai cu Tine este bine,
Eu vreau să-Ți cânt doar Ție
Căci mi-ai făcut mult bine.

Eu vreau să Te vestesc
Pentru minunile cerești,
Eu vreau să-Ți mulțumesc
Pentru tot ce-mi dăruiești.

Perciu Elena
Craiova

DE CE?

De ce? îmi este dat să iubesc,
O persoană lângă care
nu pot să trăiesc?
De ce? Se întâmplă
să mă îndrăgostesc
de o fată
pe care doar în poze,
pot s-o privesc?

De ce? Trebuie să plâng
și să suspin
Pentru față la care țin,
și voi ține mereu,
chiar dacă ea nu vrea să fie,
lângă sufletul meu.

De ce? De fiecare dată
iubirea este atât de dură?
De ce?
Nu mă pot îndrăgosti de o fată,
care îmi poate oferi,
iubirea și dragostea ei?

De ce? Oare eu nu pot
să mă îndrăgostesc,
de doi ochi
pe care doar, eu să-i pot iubi?
Ea să fie doar, a mea
iar eu să fiu doar, al ei!

Bucur Alexandru
Constanța

DOAR MAMA

Nu este dar mai mare să ai pe acest pământ
Ca îmbrățișarea mamei și al ei zâmbet blând
A ei dojană lină atunci când ai greșit
Și-a ei încurajare atunci când ești rănit.

De este în credință urmează pasul ei
Căci zi de zi în rugă te poartă gândul ei
Și râu de lacrimi curs-a în a ei rugăciune
Nu te-a uitat pe tine la orice plecăciune.

Și de este bătrână, fii reazăm și-o alină
Și fii încurajare atunci când ea suspină
Veghează să nu aibă o lipsă-n viața sa
Că lipsuri poate avut-a în tinerețea sa.

Și de nu-i la credință, strigă în rugăciune
Ca Domnul s-o conducă și gândul să-și adune
Nu ridica genunchiul și strigă zi de zi
Și spune-i cu răbdare tu tot ceea ce crezi.

Căci mama este una, doar una pe pământ
Și mângâi-o adesea cu al tău zâmbet blând
Căci azi este cu tine și poți s-o mai alini
Dar va veni un mâine când tu o să suspini.

Dinescu Emilia
Valea Stânii - Argeș

BUCURIA NATURII!

Primăvara în curând are să sosească,
Zăpada în grabă are să se topească,
Razele soarelui natura o vor încălzi,
Oamenii mai mult pe afară vor fi.

Razele soarelui ce natura vor încălzi,
Copacii în mare grabă îi vor înfrunzi,
Firul ierbii din nou o să răsară,
Natura din nou o să înverzească.

Florile primăverii din nou vor înflori,
Frumoasele zambile, ghiocei, toporași
Care privirea ne-o vor bucura,
Atunci când înflorite le v-om vedea.

Tu pădure care iarna ești pustie,
Primăvara ți-aduce multă bucurie,
Copacii tăi din nou vor înfrunzi,
Și înfrunziți păsările vor adăposti.

Întotdeauna când primăvara sosește,
Natura mereu cu bucurie întinerește,
Întinerirea ei mereu ne va bucura
Copacii înverziți, florile ce le vom vedea.

Popescu Nicoleta
Argeș

FANTESSY

Acuși, Acuși, se lasă seara.
Mâine vine Primăvara.
Iar poimâine vine Cucul.
Iarna a mâncat-o Lupul.

Că era flămând săracul.
Scufița era mititea.
Dacă ne gândim mai bine.
I-a ajuns doar pe-o măsea.

Era bine dac-avea.
Niște pâine sau o turtă.
Probabil c-o să-l apuce.
Groaznice dureri de burtă!

Dar e bine c-a mâncat-o.
Că și eu voi încerca.
Să-mi verific Bicicleta.
Mai pă seară la șusea...

Doar săptămâna trecută.
I-am făcut revizia.
I-am montat casetofon.
Fainâ-i bicicleta mea!...

Cucu Mitică
Botoșani

OCHII

Un ochi răde, altul plânge
De bucurie sau necaz.
Azi e soare, mâine ninge
Zâmbesc ades cu lacrimi pe obraz.

Un ochi plânge, altul răde
Îți este bine sau ai o durere
Focul neputinței tăcut te arde
Te lupti chiar făr* de putere.

Un ochi răde, altul plânge
Trăiești realitatea dură nu povești
Rămâi imun, jignirea nu te atinge,
Mergi înainte, nu știi cât trăiești.

Un ochi plânge, altul râde
Sfidezi distanță, chinuri în timp.
Actorul vieții, într o zi cortina cade
Devii o amintire în al vieții anotimp.

Ești trecător în ochii tuturor
Povară sau subiect de discreditare.
Dar ai un scut dincolo de nor
În ochii lui Isus mereu vei avea valoare.

Vali Fencea
Ciutelec-Bihor

Talentul... nu cunoaste handicap!

DOAMNE, MĂ ASCULȚI?

Doamne, bine a mai fost
La început de drum,
Acasă, sau la servici cu post
Și rugăciuni – mâncam.

Și în tot ce Te-am rugat,
Pe mine m-ai ajutat
Te simțeam că ești cu mine,
Și toate atârnau de Tine.

Dar acum spre-a mea mirare
Mă văd ca într-o schimbare
Am devenit neputincioasă
Toată iarna-am stat în casă.

Dragi surori, și voi dragi frați,
Pentru mine să vă rugați
Pentru tot ce mă rog eu,
Știe numai Dumnezeu.

Ajută-mi Doamne, să păstrez
Înaltul Legământ,
Pe calea Ta să luminez
Mereu prin Duhul Sfânt. Amin!

Șuteu Magda
Sighișoara

.....Anunţuri de la cititori..... .....Anunţuri de la cititori..... .....Anunţuri de la cititori.....

Violeta – Alexandria

Vând caruţ electric Invacare G40

Scaun cu rotile second hand cu comanda pe joystick destinat persoanelor cu handicap şi persoanelor cu deficienţe locomotorii. Căruciorul este conceput pentru a oferi siguranţă şi confort, şi dispune de un sistem de semnalizare şi iluminare astfel încât poate fi folosit pe drumurile publice.

Datorită formei sale robuste şi a motorului puternic, căruciorul poate fi folosit atât pe asfalt cât şi pe drumuri accidentate din zonele rurale. Joystick-ul se poate muta pe oricare din părţi (mâna stangă sau mâna dreaptă), în funcţie de posibilitatea de manevrare a utilizatorului. Viteza max 6 Km/h, baterii pe gel încă foarte bune, autonomie 28 km, încărcător, pedalele se reglează din joystick. Detalii suplimentare la telefon 0766-414770 Violeta. Preţ-2.500 Lei

De asemenea vând:

Scaun rulant în stare bună, mărimea şezut 45 cm, preţ 200 lei.

Scaun rulant Jazz S50, mărimea şezut 46 cm, produs nou, preţ 500 lei.

Elena

Vă rugăm să ne ajutati. Suntem o familie eu si sotul meu. Eu sunt pe cărut el are grije de mine. Căutăm o căsută. Să fim doar noi in curte ptr duratä nelimtatä. Să putem să ne facem mutatie. Să plătim impozitu si utilitätile. Vă multumim... Nr. 0753-053126. Putem fi sunaţi între orele 11 – 19. Vă mulţumim!

Cornel

Sunt Cornel din loc. Slimnic, jud. Sibiu, am 28 de ani, fac masaj anticelulitic şi de relaxare, la mine acasă. 30 min / 25 lei. Pot să fac masaj şi acasă la doritor, dacă doritorul este din oraşul Sibiu, tariful fiind de 50 lei pentru 30 min (negociabil). Caut şi un loc de muncă. Am diplomă de maseur. Pot fi contactat la 0757-474940

Cornel

Ofer gratis Biblia completă şi revista „Litera noastră" pe anul 2018, în limbaj Braille. Pot fi contactat la 0757-474940

Deaconescu Adrian Dorel

Vă rog frumos să mă ajutaţi, rog frumos urgent ca să fiu sprijinit urgent pe cale financiară, materială, căci nu mai am pe nimeni. Casă nu, masă nu, familie nu, nu mai am pe nimeni. Cont RO57CECEHD0208 RON 0335058 BANKA CEC Hunedoara. Tel. 0774-042022

Briceag

Caut placa electronică, în stare de funcţionare, de pe un scuter cu trei roţi marca Meyra, care are viteza max. 12 km/h. Cine are aşa ceva vă rog să mă contactaţi la numărul de telefon 0769-301729.

Asociaţia Ridică-te şi Umblă

Din 31 martie se va deschide a 24-a filială Ridică-te şi umblă

Deschiderea filialei Brăila a Asociaţiei Ridică-te şi Umblă va avea loc în data de 31 martie 2019 orele 11:00, la sediul din str. Polonă nr. 22 (fosta Casă boierească Irimia, actualmente existând o şcoală particulară). Coordonatorul filialei Brăila este domnul Silviu Ţuţuianu care poate fi contactat la numărul 0725 532 488.

Aşteptăm persoanele cu dizabilităţi din Brăila să participe la acest frumos eveniment.

Nota redacţiei: Responsabilitatea corectitudinii informaţiilor din anunţuri, aparţine în totalitate autorilor!

.....Anunţurile redacţiei..... .....Anunţurile redacţiei..... .....Anunţurile redacţiei.....

IMPORTANT !

Mă gândesc că suntem atât de multe persoane cu dizabilităţi, aşa că ar fi extraordinar ca şi alţi semeni de-ai noştri, aflaţi în aceeaşi situaţie, să poată fi informaţi şi încurajaţi, aşa că vă rog din toată inima şi din tot sufletul, dacă cunoaşteţi astfel de colegi de suferinţă şi dacă doriţi ca şi ei să primească în fiecare lună, gratuit, prin poştă sau prin e-mail, această revistă, vă rog din toată inima să-mi trimiteţi şi mie adresele lor poştale sau de e-mail.

Este cumplit de dureros că suntem atât de mulţi în această situaţie şi ar fi lipsă de dragoste şi împreună simţire ca, în descurajările, lipsurile şi necazurile noastre, să nu beneficiem cât mai mulţi de informaţiile, încurajările, optimismul şi speranţa pe care le putem primi prin această revistă.

În plus, gândiţi-vă că ar fi şi un frumos cadou şi o frumoasă surpriză pe care le-am făcea-o împreună!

Vă mulţumesc!

.....Să ne rugăm pentru..... .....Să ne rugăm pentru..... .....Să ne rugăm pentru.....

Avem un Dumnezeu atât de iubitor şi de dornic de a ne răspunde la rugăciune, încât ar fi o lipsă de înţelepciune de a nu asculta de îndemnul Său de a ne ruga unii pentru alţii.

În plus, aceasta arată nu numai că avem încredere în El, ci şi că simţim unul cu celălalt, că ne pasă.

Efeseni 5. 20: "Multumiţi totdeauna lui Dumnezeu Tatăl, pentru toate lucrurile, în Numele Domnului nostru Isus Hristos." Dacă am nota în fiecare zi toate binecuvântările Sale, nu ne-am mai îndoi de credincioşia Sa. Avem tendinţa ca atunci când totul ne merge bine să ne rugăm mai puţin. Lansez o provocare pentru fiecare în săptămâna aceasta, să fim recunoscători pentru tot ce ni se întâmplă, lucruri bune precum şi lucruri rele. Să ne luăm timp să mulţumim Domnului pentru toate binecuvântările care ne sunt acordate zilnic: viaţa, sănătatea, posibilitatea de a primi îngrijire dacă eşti bolnav, pâinea de fiecare zi, apa, prieteni, fraţi şi surori, salvare, iertare, posibilitate de a citi Biblia..., în fiecare zi sunt mii de lucruri pentru care putem fi recunoscători.

Să mijlocim azi pentru cele 5 persoane dintre cei apropiaţi, care dorim să vină la mântuire, ca Duhul Sfânt să le deschidă ochii credinţei.

Ne rugăm pentru cei bolnavi, amintesc pe Andreea, Alina, Diana, Tiţa, Cornelia şi fetiţa ei, Vali D., Andrei, Cristian, pentru Jacinte prinsă de viciul drogurilor ca Domnul să o elibereze şi să biruiască acest viciu.

Marius Birsan

Să ne rugăm pentru copii noştri care sunt atraşi de lumea aceasta şi "bucuriile" efemere oferite de "splendoarea" copilăriei şi a adolescenţei. Dar şi pentru părinţii noştri care au nevoie să se predea lui Dumnezeu, acum când încă mai e har. Să ne susţinem familiile în rugăciune.

Să ne rugăm pentru copiii mei: Adrian, Radu şi Ezel. Pentru mama Emilia, soacra Nuţi, fraţii mei Elena, Ana, Alexandru şi Mihai, precum şi pentru Fredy.

Să ne rugăm anul acesta mai mult. Să îi susţinem zilnic în rugăciune pe cei care stau departe de Domnul. Să ne predăm inima lui Dumnezeu şi El va lucra atât în noi cât şi în familiile noastre.

Viaţa ne oferă o familie dar prietenii ni-i facem singuri. Dacă suntem prieteni cu adevărat, îi susţinem pe prietenii noştri în rugăciune. Avem mulţi prieteni, să ne rugăm pentru fiecare în parte.

Să ne rugăm pentru Aurel Burcea şi toţi voluntarii şi sponsorii revistei speciale Împreună.

Prietena mea, Cristina, împlineşte o frumoasă vârstă. Să o susţinem în rugăciune. Încercată în ultimul timp de foarte multe greutăţi, printre care cea mai mare a fost pierderea soţului mult prea devreme, are nevoie să fie susţinută în rugăciune atât ea cât şi băieţii ei, Cătălin şi Mihai, rămaşi orfani de tată. Dumnezeu să îi binecuvânteze şi să le vindece sufletele îndurerate.

Emilia Dinescu

Mărginean Nuţa are nevoie de susţinere în rugăciune şi încurajare, are o tumoare în burtă şi marţi va face intervenţia. Menţionez că va fi a zecea operaţie! Haideţi s-o aducem în rugăciune înaintea Medicului nostru scump care are putere de vindecare. Răsplata este sus în cer, la Domnul. Amin!!!!

Aurica Lacusta

Vă rog să vă rugaţi pentru Carmen, cancer metastază! În ultima fază! Să ne rugăm pentru ea să fie vindecată de Îsus!

Sabin H.

Vă rog din suflet să vă rugaţi pentru un tânăr, Ionuţ Cristinel. Are cancer! La stadiu e avansată boala. I-au zis doctorii că nu va mai trăi mai mult de 3 luni. E operat de 2 ori la gât. Acum e internat la Cluj. Până la 1 martie va sta internat acolo. Nu are pe nimeni. Ştiu că avem un Doctor care ne vindecă! Vă mulţumesc de înţelegere!

Celina S.

Solicit rugăciune pentru Alberta. Are probleme de sănătate.

Angela

Vă rog să vă rugaţi pentru mine. Am probleme de sănătate.

Magda Şuteu

Solicit rugăciune pentru mine şi familia mea, ca situaţia să se amelioreze oarecum şi fie ca Dumnezeu să ne curme suferinţa. Amin!

Marin Spiridon Adrian

„Îndrăzneala pe care o avem la El este că, dacă cerem ceva după voia Lui, ne ascultă. Şi, dacă ştim că ne ascultă, orice I-am cere, ştim că suntem stăpâni pe lucrurile pe care I le-am cerut."

(1 Ioan 5: 14-15)

.....Gânduri de la prieteni..... .....Gânduri de la prieteni..... .....Gânduri de la prieteni.....

Popescu Nicoleta
Bughea de Jos - Argeș

Când primesc revista „împreună" mă bucur foarte mult, deoarece această revistă ne ajută să trăim o viață demnă, frumoasă, să nu ne pierdem speranța atunci când ne aflăm la greu și să cunoaștem alte persoane cu care să ne împrietenim.

Vorbele „Ridică-te și Umblă" sunt un citat frumos. Când un om se află la greu trebuie să-l ajutăm. Dacă se află căzut să-l ajutăm să se ridice. Ca să nu cădem la pământ trebuie să trăim o viață frumoasă, și să ne ferim de cei care în loc să-și ridice semenii, datorită răutății care îi caracterizează, îi doboară la pământ.

Chiriță Alexandra
Costești – Argeș

Trăiți pentru Dumnezeu. Faceți din învățătura Mântuitorului o parte din viața voastră. Cărarea voastră va străluci de o lumină clară și strălucitoare. Voi veți avea ungerea cerească și veți fi feriți de a face greșeli grave. Vorbirea neadevărată în orice problemă, orice încercare sau intenție de a-l înșela pe aproapele nostru sunt cuprinse aici. Intenția de a înșela constituie o minciună. Printr-o privire a ochiului, o mișcare cu mâna, o expresie a feței pot spune tot atât de bine o minciună, ca și prin cuvinte. Orice adăugire intenționată în vorbire, orice aluzie sau orice insinuare făcută în mod calculat, cu gândul de a face o impresie greșită s-au exagerată, chiar povestirea unor fapte în așa fel încât să ducă în rătăcire pe cineva constituie o minciună. Acest precept interzice orice încercare de a vătăma bunul nume al semenului nostru prin relatări inexacte sau bănuieli rele, prin vorbiri de rău sau bârfeli. Chiar și ascunderea intenționată a adevărului, de pe urma căruia alții pot fi păgubiți, este o violare a poruncii a noua.

Dinescu Emilia
Valea Stânii – Argeș

***RUGĂCIUNEA-Ps. 94,9. ...Pentru mulți oameni rugăciunea se limitează la niște vorbe învățate pe de rost... Dar a te ruga înseamnă A TE ADRESA LUI DUMNEZEU ca un copil tatălui său. Pe pământ pot să se roage mii de oameni odată și Dumnezeu nu pierde nici un gând al lor! În psalmi e scris: "Doamne, Tu mă cercetezi... și mă cunoști... nu-mi ajunge cuvântul pe limbă și Tu, Doamne îl și cunoști în totul" -Psalm.139,1-4. "Domnul privește din înălțimea cerurilor și vede pe toți fii oamenilor" -Psalm.33,13. ...A te ruga înseamnă a-l spune lui Dumnezeu toate nevoile și necazurile... ...Vei avea siguranța că El va răspunde potrivit înțelepciunii Sale. EL ȘTIE CE ESTE BUN PENTRU FIECARE CARE SE ROAGĂ!... Așa cum Dumnezeu ne vorbește prin Cuvântul Său, BIBLIA, noi putem să-l vorbim prin rugăciune. DUMNEZEU ASCULTĂ RUGĂCIUNILE NOASTRE! Domnul Isus Hristos este MARELE ȘI UNICUL MIJLOCITOR la Tatăl ceresc, prin care putem să adresăm rugăciunile: „Căci este un singur Dumnezeu, și este un singur mijlocitor între Dumnezeu și oameni: Omul Isus Hristos" (1 Timotei cap. 2, vers. 5)... Cât de bucuroși pot fi cei care Îl cunosc pe Domnul Isus, fiindcă ÎN EL AU GĂSIT ȘI UNICUL MIJLOCITOR LA TATĂL... Ai și tu prietene un astfel de Mijlocitor, la Tatăl ceresc? Domnul să-ți ajute să-L găsești, dacă încă nu Îl ai! Amin.*

Stănoiu Viorica
Aiud - Alba

...Dumnezeu ne dăruiește ZILNIC PUTEREA DE CARE AVEM NEVOIE!. Și, dacă greutatea zilei este foarte mare, ne va da puterea necesară pentru purtarea ei. Și dacă greutatea zilei este și mai mare, NE VA DA ȘI MAI MULTĂ PUTERE... Toți care Îl recunosc pe Isus ca Domn și Mântuitor, ar trebui să se roage zilnic: "Doamne, a început o nouă zi; ajută-mă să pot petrece cât mai mult timp în dependența de Tine... Dă-mi ajutorul, răbdarea, hărnicia de care am nevoie..." ...Ziua de ieri a trecut, cea de mâine nu a venit - PENTRU AZI AVEM NEVOIE DE AJUTORUL DOMNULUI... Amin.

Andreescu Haralambie
Pucioasa – Maluri, Dâmbovița

...El vrea să știm că e lângă noi TOT TIMPUL și să simțim prezența Lui în fiecare clipă... Azi El îți spune: "NU TE TEME... EU TE IZBĂVESC; TE CHEM PE NUME, EȘTI AL MEU... ...EU VOI FI CU TINE ȘI APELE NU TE VOR ÎNECA, CĂCI EU SUNT MÂNTUITORUL TĂU... ȘI, TE IUBESC!" Asigurarea asta din partea Lui, ne aduce pace DAR ȘI SPERANȚĂ!. Nu suntem scutiți de încercări, dar când avem cea mai mare nevoie de susținere EL NE-O OFERĂ, NE-O IA DE PE SUFLET!. ...Lasă problemele tale în mâinile unui Dumnezeu iubitor ȘI FII CURAJOS!. Privește minunile din viața ta! NU TE TEME! EU VOI FII CU TINE!... Domnul să-Și împlinească făgăduința, spre ocrotirea ta și a celor dragi ție,Amin.

*1 **NU TE TEME... -Provb. 3,25.26. ...TEAMĂ DE NENOROCIRE, este un foarte mare rău, bine cunoscut de multe inimi temătoare și suferinde. De câte ori nu se teme inima cu mult înainte de un necaz viitor!... O imagine de viitor sumbră și încercarea de ași lua povara pentru care nu a primit puterea necesară, în avans... Ascultarea unor bănuieli și astfel se mărește suferința, în loc să se asculte glasul mângâietor al înțelepciunii de sus... De aceea, vreau să atrag atenția, să fim atenți la ce ne spune ÎNȚELEPCIUNEA ȘI DRAGOSTEA LUI DUMNEZEU!. Ea dorește SĂ NE SCAPE de griji și supărări care NU SUNT NECESARE...*

2 "...NU TE TEME, căci Eu sunt cu tine; nu te uita cu îngrijorare, că Eu sunt Dumnezeul tău; Eu te întăresc, tot Eu îți vin în ajutor. EU TE SPRIJIN CU DREAPTA MEA BIRUITOARE" -Isaia 41,10. "...Dacă vei trece prin ape, Eu voi fi cu tine; și râurile nu te vor îneca..."-Isaia 43,2. "...Cum se îndură un tată de copiii lui, așa Se îndură Domnul de cei ce se tem de El. Căci El știe din ce suntem făcuți; Își aduce aminte că suntem țărână..." -Psalmi.103,13.14...

3 "...NU VĂ TEMEȚI DE NIMIC, stați pe loc și veți vedea izbăvirea pe care v-o va da Domnul în ziua aceasta" -Exod.14,13. "...Nu te înspăimânta și nu te îngrozi, căci Domnul Dumnezeul tău este cu tine în tot ce vei face" -Iosua1,9. ...Deci, urmare făgăduințelor de mai sus, NU TREBUIE SĂ FACEM NICIODATĂ loc în inimile noastre NEÎNCREDERII, ci să acceptăm mulțumitori CE DOREȘTE SĂ LUCREZE ÎN NOI ÎNȚELEPCIUNEA ȘI DRAGOSTEA DIVINĂ... Amin.

(Nota redacției: Mirarea mea rămâne: oare din cei peste 3.000 de primitori ai revistei, nu se mai găsesc câțiva care să trimită gânduri – proprii sau citite – care să transmită un mesaj de încredere, speranță, optimism… Eu continui să cred că da. Aștept!)

Legea educației prevede obligativitatea ca școlile să se echipeze cu lifturi, pentru copiii cu dizabilități locomotorii, sau să organizeze orele în clasele de la parter

Parlamentarii au introdus în legea educației obligativitatea ca școlile să se echipeze cu lifturi, pentru copiii cu dizabilități locomotorii, sau să organizeze orele în clasele de la parter.

Legea învățământului se modifică, pentru copiii cu cerințe educaționale speciale sau nedeplasabili din motive medicale, se poate organiza învățământ la domiciliu sau pe lângă unitățile de asistență medicală. În mod excepțional, pentru copiii cu dizabilități locomotorii, se vor achiziționa elevatoare sau procesul instructiv educativ se va desfășura în mod obligatoriu într-o sală de clasă la parterul unității, în vederea integrării acestora în învățământul cu frecvență! Cuantumul minim al bursei de performanţă, al bursei de merit, al bursei de studiu şi al bursei de ajutor social se stabileşte anual prin hotărâre a Guvernului, iar bursa de ajutor social se poate cumula cu bursa de performanţă, cu bursa de merit sau cu bursa de studiu.

Proiectul de modificare a legii învățământului a fost inițiat de senatorul de Vâlcea, Bogdan Matei, actualul ministru al tineretului și sportului, alături de senatorul Ioan Narcis Chisăliță, proiect care a fost adoptat și publicat în Monitorul Oficial nr. 53 din 21 ianuarie 2019.

LEGE nr. 38 din 17 ianuarie 2019 pentru modificarea şi completarea Legii educaţiei naţionale nr. 1/2011

EMITENT: Parlamentul

PUBLICAT: Monitorul Oficial nr. 53 din 21 ianuarie 2019

Parlamentul României adoptă prezenta lege.

ARTICOL UNIC

Legea educaţiei naţionale nr. 1/2011, publicată în Monitorul Oficial al României, Partea I, nr. 18 din 10 ianuarie 2011, cu modificările şi completările ulterioare, se modifică şi se completează după cum urmează:

1. La articolul 25, alineatul (3) se modifică şi va avea următorul cuprins:

„(3) Pentru copiii cu cerinţe educaţionale speciale sau nedeplasabili din motive medicale se poate organiza învăţământ la domiciliu sau pe lângă unităţile de asistenţă medicală. Pentru copiii cu dizabilităţi locomotorii, în vederea integrării acestora în învăţământul cu frecvenţă, se vor achiziţiona elevatoare sau procesul instructiv-educativ se va desfăşura într-o sală de clasă situată la parterul unităţii."

2. La articolul 65, după alineatul (6) se introduce un nou alineat, alineatul (6^1), cu următorul cuprins:

„(6^1) Ministerul Educaţiei Naţionale în colaborare cu Ministerul Sănătăţii elaborează o strategie privind educaţia pentru sănătate şi nutriţie până la data de 31 decembrie 2019. Strategia va fi transpusă în planurile-cadru de învăţământ începând cu anul şcolar 2020-2021."

3. La articolul 82, alineatul (1) se modifică şi va avea următorul cuprins:

„ART. 82

(1) Elevii de la cursurile cu frecvenţă din învăţământul preuniversitar de stat beneficiază lunar de burse de performanţă, de burse de merit, de burse de studiu şi de burse de ajutor social."

4. La articolul 82, după alineatul (1) se introduc două noi alineate, alineatele (1^1) şi (1^2), cu următorul cuprins:

„(1^1) Cuantumul minim al bursei de performanţă, al bursei de merit, al bursei de studiu şi al bursei de ajutor social se stabileşte anual prin hotărâre a Guvernului.

(1^2) Bursa de ajutor social se poate cumula cu bursa de performanţă, cu bursa de merit sau cu bursa de studiu."

Această lege a fost adoptată de Parlamentul României, cu respectarea prevederilor art. 75 şi ale art. 76 alin. (1) din Constituţia României, republicată.

p. PREŞEDINTELE CAMEREI DEPUTAŢILOR,
FLORIN IORDACHE
p. PREŞEDINTELE SENATULUI,
IULIAN-CLAUDIU MANDA

Bucureşti, 17 ianuarie 2019.
Nr. 38.

-sfârşit-

Sursa: http://www.jurnal-social.ro/legea-educatiei-prevede-obligativitatea-ca-scolile-sa-se-echipeze-cu-lifturi-pentru-copiii-cu-dizabilitati-locomotorii-sau-sa-organizeze-orele-in-clasele-de-la-parter/
Preluat cu permisiune

Anatomia unei grefe perfecte

de Amy Vallace

Lovit de o boală misterioasă, un bărbat a observat că unele dintre membrele sale au început să se cangreneze. Printr-o operație foarte dificilă s-a reușit să i se salveze o mână.

(Cangrena, denumită și gangrenă, este un tip de necroză cauzată de circulația insuficientă a sângelui. Această situație ce pune în pericol viața poate apărea după un traumatism sau o infecție sau la persoanele care suferă de o problemă cronică de sănătate care afectează circulația sângelui. Cauza principală a cangrenei este reducerea alimentării cu sânge a țesuturilor afectate, ceea ce duce la moartea celulelor. Diabetul zaharat și fumatul pe termen lung crește riscul de cangrenă.

Cangrena nu este o boală transmisibilă; ea nu se transmite de la persoană la persoană, deși infecția asociată cu unele forme se poate transmite. Tipurile de cangrenă diferă după simptome: cangrenă uscată, cangrenă umedă, cangrenă gazoasă, cangrenă internă și fasciită necrozantă. Îndepărtarea chirurgicală a țesutului cangrenat și antibioticele sunt principalele metode de tratament ale cangrenei. După ce cangrena este tratată, cauza principala este înlăturată. Aceasta include modificarea stilului de viață, cum ar fi renunțarea la fumat, un control mai bun al diabetului zaharat, revascularizarea sau, mai rar, tratamentul medical pentru a opri spasmul vascular sau producția de obstrucții vasculare de către crioglobuline).

Luni 26 ianuarie 2015, Jonathan Koch trebuia să ia primul zbor de la Los Angeles spre Washington. El era unul dintre directorii unei societăți de producție de emisiuni de telerealitate și era așteptat la o conferință importantă. Însă în loc să meargă la aeroport a fost nevoit ca înainte să meargă la o clinică. În acea dimineață s-a simțit foarte rău când s-a trezit, transpirat tot, cu dureri mari la genunchi și cu picioarele înghețate. Incapabil să stabilească vreun diagnostic cam despre ce ar fost vorba, medicii i-au administrat morfină și l-au lăsat să plece. El s-a dus la Washington, s-a prezentat la hotel și s-a culcat spre miezul nopții.

În dimineața următoare, a fost nevoit să facă eforturi supraomenești ca să se dea jos din pat. Corpul său era dur ca o piatră. Ochii îi erau injectați cu sânge. Într-o farmacie a cumpărat niște analgezice care se vindeau fără rețetă, niște picături oftalmologice și o băutură energizantă. Apoi s-a simțit penibil când s-a prezentat la primul sa întâlnire, apoi la a doua, când și-a dat seama că-și vede colega în triplu. Pe când ieșea clătinându-se din încăpere, aceasta a insistat să-l ducă la urgență. "Tu ai treabă, i-a răspuns el. O să mă duc singur."

Un taxi l-a lăsat în fața Spitalului George Washington pe la orele 11:30. Jonathan avea febră și o temperatură de 38,8 grade celsius.

În afară de o operație la genunchi și de niște pietre la rinichi, corpul lui Jonathan Koch, nu l-a trădat niciodată și el a avut grijă de sănătatea sa. La cei 49 de ani, acest vechi luptător de 1,85 m. și 102 kg., se antrena fără oprire și mai organiza pe deasupra și ședințe de antrenament matinale pentru prietenii săi. Un coleg chiar îl poreclise Superman și îi aducea omagii pentru voința și optimismul de care dădea dovadă. El nu bea alcool, nu fuma, urma un regim hiperproteinic și era foarte atent cu durata somnului zilnic; prietena sa Jennifer Gunkel povestea că în general sunt în pat la orele 21:00. În acel moment doctorii au crezut că este vorba despre o pneumonie... Teste de sânge, torturat de durerea care-i devora membrele, el îi scria lui Jennifer: "Draga mea, doctorii sunt pe cale să mă ucidă..."

Marți seara, bărbatul a fost admis la secția de terapie intensivă. Cazul său rămânea un mister, și durerile erau groaznice. Circulația sângelui său încetinise, mâinile și picioarele au început să se învinețească, pe măsură ce sângele se retrăgea din acestea și se concentra pe organele vitale. Spre ora 2 dimineața, doctorul care-l avea în supraveghere, Lynn Abell, i-a dat un sfat brutal: "Scrieți-le apropiaților dumneavoastră, cred că veți muri în această noapte."

Când Jennifer a ajuns la Washington, miercuri seara, medicii îi administraseră propofol prietenului ei, pentru a-i induce comă artificială. A doua zi a făcut un violent șoc septic. Private de sânge oxigenat, extremitățile sale au început să se cangreneze. În pofida dozelor masive de antibiotice, corpul lui Jonathan se "pregătea să moară". El nu avea decât o șansă din 10 de a scăpa cu viață.

Majoritatea dintre noi credem că pacienții care sunt plonjați în comă artificială dorm foarte liniștiți. Totuși, mulți dintre aceștia au teribile halucinații sau coșmaruri. Pe parcursul săptămânilor de comă artificială, Jonathan a avut parte

continuare în pag. 17

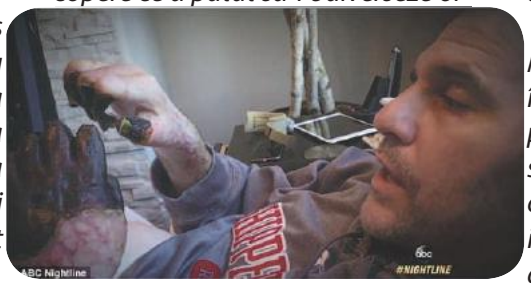
continuare din pag. 16

de ambele: odată a visat că era prizonierul unei familii de fantome hidoase, altă dată a visat că era mușcat de șerpi, sau legat de trunchiul unui copac. Câteodată avea impresia că fiica sa de 15 ani, Ariana, era alături de el, pe când ea se afla la o distanță de 5.000 kilometri. (Starea sa era așa de precară, că Ariana suferind de bronșită, a rămas cu mama ei). Jonathan și fata erau foarte apropiați. Începând de la grădiniță, ei mergeau împreună la dans, tată și fiică la serbările de la școală din luna februarie a fiecărui an. Anul acesta o să rateze acest eveniment pentru prima dată.

Erau de acum două săptămâni și jumate de când se afla în comă. Jonathan se vedea într-o cameră goală și cețoasă având două uși. El înțelegea că una se deschide spre viață și cealaltă spre moarte. Apoi a auzit o voce puternică: "Dacă te hotărăști să trăiești, vei plăti un preț mare, căci câteodată vei regreta alegerea făcută. Dacă vei reveni la viață, tu vei duce permanent o mare luptă." El știa răspunsul. O luptă? Sunt pregătit.

S-a simțit parcă deodată propulsat spre suprafață, ca o torpilă care urcă din abis spre lumină. În sfârșit, el a început să miște și să bâlbâie ceva: "Cum de am ajuns eu astfel?" Apoi își privi picioarele. Erau negre și începeau să se umfle. "Of, murmură el. Impresionant."

Jonathan a petrecut 39 zile în Spitalul George Washington. Toate membrele sale s-au necrozat, sau, cum spunea chiar el, au devenit "egiptene": tari, mumifiate, negre ca și cărbunele. Medicii încercau să descopere ce a putut să-i bulverseze or-



ganismul, lăsând deoparte ipoteză după ipoteză. Nu era vorba nici despre rujeolă, nici despre boala Lyma. Pacientul avea anticorpi împotriva virusului Epstein-Barr care poate cauza oboseală cronică, dar 95% dintre adulți au acești anticorpi, fără nici cea mai mică complicație. La un moment dat medicii credeau că suferă de un cancer rar al măduvei osoase și au luat decizia să-i facă o ședință de chimioterapie. Ei s-au gândit să trateze toate posibilitățile, una după alta, cu succes: pacientul a supraviețuit.

În luna martie, în speranța clarificării misterului, Jonathan ia dificila decizie de a părăsi spitalul, pentru a fi internat la clinica Mayo din Rochester, Minnesota. "Ceea ce nu înțeleg, se destăinue el lui Lynn Abell, este cauza care a declanșat boala." Dar ea are răspunsul la această nedumerire: "Jonathan, faptul că ai avut grijă de sănătatea ta până în prezent, nu a fost pentru a preveni această încercare, ci te-a ajutat să supraviețuiești."

Sejurul lui Jonathan la clinica Mayo a fost penibil; toate membrele îl dureau îngrozitor, fără încetare. A pierdut 18 kilograme. Extremitățile sale înfășurate în bandaje, arătau ca niște labe de animale. Medicii i-au vorbit despre posibilitatea amputării și o încercare de a-i face o grefă de mână stângă, deoarece a lui era complet pierdută. Clinica a creat o echipă în acest scop, dar nici o procedură de transplantare nu era încă începută.

În data de 20 aprilie 2015, 85 de zile după intrarea sa în Spitalul George Washington, Jonathan decide împreună cu Jennifer de a se întoarce la Los Angeles, pentru a sărbători aniversarea de 16 ani a lui Ariana. Cu această ocazie, cineva le-a menționat numele unui medic de care ei nu auziseră niciodată vorbindu-se: Kodi Azari.

-sfârșit-

Sursa : Selection.ca – 11/2017
Trimis de ***TRAIAN FLOREA*** *- Canada*

Editorial Editorial Editorial Editorial Editorial

continuare din pag. 2

și că a încheiat legământ cu Dumnezeu, sau că... realizezi că revista a lăsat urme frumoase în inima și-n viața multora dintre aceia care au primit revista de-a lungul acestor ani. Și mă rog bunului Tată ceresc ca să lase urme frumoase încă mulți ani de acum înainte!

La următoarele întrebări, ca și-n viața unui om, am dori să nu se ajungă niciodată, însă îmi place să cred că dacă revista și-ar înceta existența, ar fi cititori (și nu puțini la număr) care ar simți lipsa revistei și ar regreta cele scrise în ea Date fiind cele scrise în alineatul de mai sus, nu numai că mi-ar plăcea mie să cred, ci aș fi sigur că neapariția revistei ar fi regretată de mulți. Însă cel mai mult aș regreta-o chiar eu! Să-L rugăm pe bunul Dumnezeu ca acest lucru să nu se întâmple. Voia Lui facă-Se!

Revenind la prima întrebare, prin cele scrise până acum, cred că am răspuns și la ea. Din fericire, această întrebare, dat fiind faptul că revista continuă să apară, prin harul lui Dumnezeu, o vom putea pune și peste o lună, și peste două luni, și peste…

Și pentru că revista a apărut în toți acești ani, pentru că nu a apărut oricum ci a lăsat urme frumoase, Îi mulțumesc și-I mulțumim în primul rând Celui care atât de mult ne-a iubit și ne iubește! În celelalte articole scrise de-a lungul anilor, în luna martie a fiecărui an, am subliniat și am argumentat faptul că apariția revistei a fost și este lucrarea Lui! Cineva care nici să se hrănească singur nu poate,

continuare în pag. 18

Chei care deschid o relație

GEORGE UBA - vicepreședinte
Asociația „Ridică-te și umblă"

Relaţiile sunt o binecuvântare. Urmarea sunt resursele imense pe care relaţiile ni le pot deschide. Fiecare om este unic, şi de la fiecare puteţi învăţa ceva. Trebuie să menţionăm că 85 % din bucuria din viaţa noastră vine din interacţiunea cu alte persoane şi doar 15 % provine de la alte lucruri cum ar fi bunurile materiale, realizarea sau succesul.

Relaţiile funcţionează după o lege unică, şi primim ceea ce ne dorim de la relaţii mai degrabă într-un mod indirect. Cu cât dai mai mult, cu atât primești mai mult.

Există mai multe principii cheie, care sunt veşnice în construirea relaţiilor de succes.

1. În relaţiile cu oamenii, caută întotdeauna ce este bine şi găseşte cele mai bune motive posibile pentru acţiunile şi cuvintele oamenilor.

Mulţi oameni din zilele noastre au o stimă de sine redusă, şi tot ce poţi face pentru a-i ajuta este să îţi îmbunătăţeşti relaţiile cu ei. Trebuie să ne întoarcem la regula de aur a Bibliei „ce doriți să vă facă vouă oamenii, faceţi-le şi voi la fel". Chiar dacă oamenii fac lucruri care te rănesc, caută partea bună. Deseori, oamenii fac cele mai bune lucuri, dar rezultatele nu sunt perfecte. Şi este important să nu le răniți sufletul. Deci caută întotdeauna ceva bun la ei şi caută cel mai bun motiv pentru ceea ce fac sau ceea ce spun. Întrebarea care aduce înțelegere și oprește manifestarea unui comportament represiv este: "de ce acționează ei în acest fel?".

Într-o zi, la un semafor a intrat în mașina mea un cunoscut, care a fost de mai multe ori în casa mea și care îmi spunea de proiectele lui mari și nobile. Acum era agitat și mi-a spus pe un ton neprietenos că va trebui să-i dau mașina mea, așa , gratis, ca să-și plătească o datorie la un cămătar. Vă avertizez că această relatare s-a întâmplat în realitate. În spate, a intrat un ins care părea să fie cămătarul căruia i-a dat bani cu dobândă cunoscutului meu. Eu am crezut că este o glumă și i-am replicat că nu am de gând să-i dau mașina mea sub nici o presiune. Apoi el m-a amenințat că va face rău familiei mele, că deja i-a arătat cămătarului unde stau și că voi regreta dacă nu îl ascult. După trei zile i-am dat mașina... gratis! Sub amenințare. Care credeți că au fost motivele care m-au determinat să îi dau mașina?

În primul rând am gândit că trebuie să-mi protejez familia. Apoi am socotit că Dumnezeu a îngăduit (a nu se confunda cu "a dorit") că să mă cunosc mai bine în ce privește atașamentul meu față de lucruri. În al treilea rând mi-am dat seama că acest cunoscut este slab spiritual și a cedat unor compromisuri cu oameni compromiși și nu putea acționa altfel. Acesta era nivelul lui de gândire, întrucât era manipulat. Și așa m-am liniștit. Dar a urmat un epilog tare fericit, care mi-a adus un răspuns nebănuit de frumos, pentru că Dumnezeu nu rămâne dator. Dar aceasta cu altă ocazie!?

-va urma-

continuare din pag. 17

cineva care… cu drag aș reaminti motivele și argumentele care stau la baza afirmației de mai sus, dar spațiul rezervat… De fapt, toate cele 20 de pagini nu ar fi de ajuns pentru a sublinia modul minunat în care El a lucrat, intervențiile Sale prin diverși oameni deosebiți și minunați prin care a rezolvat multe situații imposibile! SLAVĂ LUI!

Mulțumiri multe și din toată inima și tuturor celor prin care El a lucrat, care au contribuit la apariția revistei, financiar sau sub altă formă. Mulțumesc și familiei, fără de care…

Doresc însă ca acum, la încheiere, să readuc în atenția noastră, atât realitatea dură ***„…ca pleava trece vremea…"*** *(Țefania 2: 2), cât și întrebările de la începutul acestui material:* ***Și dacă a trecut (vremea), cum a trecut? Am lăsat vreo urmă pe acest pământ? Am lăsat vreo urmă în sufletul și inima vreunui om? Dacă astăzi mi-aș înceta existența, mi-ar simți cineva lipsa? Dacă astăzi mi-aș înceta existența, m-ar regreta cineva? Dacă…***

Așa cum am specificat încă din primele rânduri, ar fi extraordinar dacă aceste întrebări (dar nu numai) ni le-am pune fiecare și în ceea ce privește propriile vieți și ne-am da și răspunsuri la ele! Să nu uităm: ***„…ca pleava trece vremea…"*** *(Țefania 2: 2), și că* ***„Fiul omului este aproape, este chiar la uși."*** *(Matei 24: 33)*

-sfârșit-

Dat fiind termenul de trimitere a revistei la tipografie, scrisorile, sms-urile, e-mail-urile,... voastre trebuie să ajungă la mine până pe data de 28 a lunii de dinainte de luna de apariție a revistei.

Mulțumesc mult pentru înțelegere!

Doresc să corespondeze:

Alex

Doresc corespondență cu fete cu handicap usor până în 30 de ani în vederea căsătoriei. Aștept poze și povestea voastră la adresa de email bucuralexus@gmail.com

Lucian

Constănțean, 51 de ani, pensionat medical, gradul 2, 1,74 cm, 70 kg, creștin ortodox, singur, fără obligații familiale, antialcoolic, nefumător. Doresc să cunosc o doamnă sau domnișoară cu vârsta între 20 și 65 de ani, ortodoxă sau catolică, cu o anumită dizabilitate, din orice zonă a țării. Pentru o relație sinceră și altruistă de prietenie. Eu locuiesc la țară. Pot fi contactat la nr. de telefon: 0738.469.848.

Cosmin

Tânăr, 33 ani, păr brunet, ochi albaștri, simpatic, 1,75 m, 60 kg. Aș dori să cunosc domnișoare (18-30 ani) sau doamne divorțate (30-40 ani), pentru o relație serioasă, pentru prietenie / căsătorie. Să fie sinceră. Doresc să locuiască la mine (sunt din Râmnicu Vâlcea). Pot fi apelat la 0764-104277 sau 0745-898368.

Viorel

Viorel, am 50 de ani, caut o femeie cu vârsta între 40 - 50 de ani. Caut sinceritate, pentru prietenie / căsătorie. Nr. tel 0732-367227 sau 0764-843820

Cornel

Am 28 de ani, am probleme de vedere și caut o fată cu vârsta între 18-35 ani, în vederea unei relații serioase, pentru prietenie / căsătorie. 0757-474940

Antonio

Am 50 de ani, mă numesc Antonio, aș dori să cunosc o femeie care să fie gospodină, cu vârsta cuprinsă între 45-52 ani. Poate să aibă și un copil. Doresc să locuiască la mine, deoarece sunt singur. 0751-319302.

Mihai

Bună, mă numesc Mihai, am 37 de ani, am handicap gr. 2, doresc să fac cunoștință cu o fată în vederea unei relații serioase de prietenie / căsătorie, cu vârsta între 24 și 39 ani. Poate avea și un copil. Sunt din Craiova și lucrez ca tehnician medical la SMURD. Tel. 0768-265889 și 0773-935741. Puteți suna oricând. E-mail t.mihai94@yahoo.com

Anonimă

51 de ani, gr. 1, șatenă, ochi căprui cu nuanțe de verde, păr negru, 1,64 m, caut un băiat sufletist, de vârstă apropiată (mai mic cu 2 – 3 ani), gr. 2 sau 3, să locuiască în orașul meu. Ofer și doresc seriozitate. 0742-360572. Nu răspund la apelurile cu număr ascuns. Rog a fi sunată între orele 13-22.

Valentin

Mă numesc Valentin. Am 28 ani. Sunt din Prahova. Am probleme de sănătate din naștere. Caut o fată, accept si cu 1 copil, serioasă, sinceră, să mă accepte așa cum sunt, pentru relație serioasă, eventuală căsătorie. Mai multe detalii: 0787-393506, 0745-959774 sau WhatsApp.

Ion

Mă numesc Ion, am 41 ani și n-am fost căsătorit, fără obligații și vorbesc greu, am gr. 2, sunt o persoană sinceră, înălțimea 1,85 m, am 88 kg., păr șaten, ochi căprui, vreau să cunosc o fată sinceră și serioasă, fără obligații, să știe ce vrea, cu vârsta 37 - 41, pentru prietenie / căsătorie. Tel. 0730-643129.

Deaconescu Adrian Dorel

Mă numesc Deaconescu Adrian Dorel, am 58 ani (n. 12.12.1960), am gr. 2, neuropsihic și doresc să cunosc o doamnă, cu aceeași dizabilitate, gr. 2, neuropsihic, o bună creștină, fără obligații, în vârstă de 48-55 ani, pentru prietenie / căsătorie, din toată țara, dar în mod special din Hunedoara, Timiș, Gorj, Alba, Arad și împrejurimile acestor județe. Persoanele care mă contactează pentru căsătorie să fie de religie baptistă, creștină după evanghelie sau penticostală și vârsta 49-56 ani. Nu răspund la persoane neserioase, doresc o relație pusă pe temelia lui DUMNEZEU și pe seriozitate. 0774-042022.

Alin

Mă numesc Giuvelea Alin, sunt din Pucioasa, jud. Dâmbovița, am 37 de ani, caut o fată credincioasă, adventistă sau de altă religie, să fie sinceră și să iubească Cuvântul lui Dumnezeu, să Îl vestim împreună. Să fie din Târgoviște sau județul Dâmbovița. 0734-762637.

Daniel

Vreau să cunosc o fată apropiată de vârsta mea, între 30 și 32 de ani, fără copii, să fie serioasă și să aibă o dizabilitate ușoară. Să nu aibă probleme de vedere. Nu primesc sms-uri. De preferat să fie din București. Doresc să fiu contactat la numărul de telefon 0721-790601.

Maria

Sunt Maria din București și caut o persoană cu vârsta între 36 și 39 de ani. Să fie din București. Pot fi sunată între orele 8.00 dimineața și 7.00 seara. 0737-415091. Nu răspund la numere private.

Sorin

Mă numesc Sorin, am 34 de ani, sunt o persoană cu dizabilități în căutarea unei relații de prietenie / căsătorie. Doresc să cunosc o fată sau femeie de vârstă apropiată, între 25 și 37 ani. Să fie din județul Teleorman. Sunt o persoană sinceră, nefumător, cu situație materială bună. Nr. tel. 0769-681676

David Florin Dănuț

Am 36 ani, cu dificultăți de handicap, caut o fată cu vârsta între 35-40 ani, pentru prietenie / căsătorie. 0732-047696 și 0731-219291. Nu răspund la nr. ascuns.

Constantin

Mă numesc Bălan Constantin, sunt nevăzător, am 44 de ani, necăsătorit, doresc să cunosc o doamnă care să aibă locuință proprie, să nu aibă vicii, să mă accepte și să ne susținem reciproc, pentru căsătorie. Sunt creștin ortodox și doresc să fie tot creștin ortodoxă, indiferent că este pe stil vechi sau nou. 0762-929910

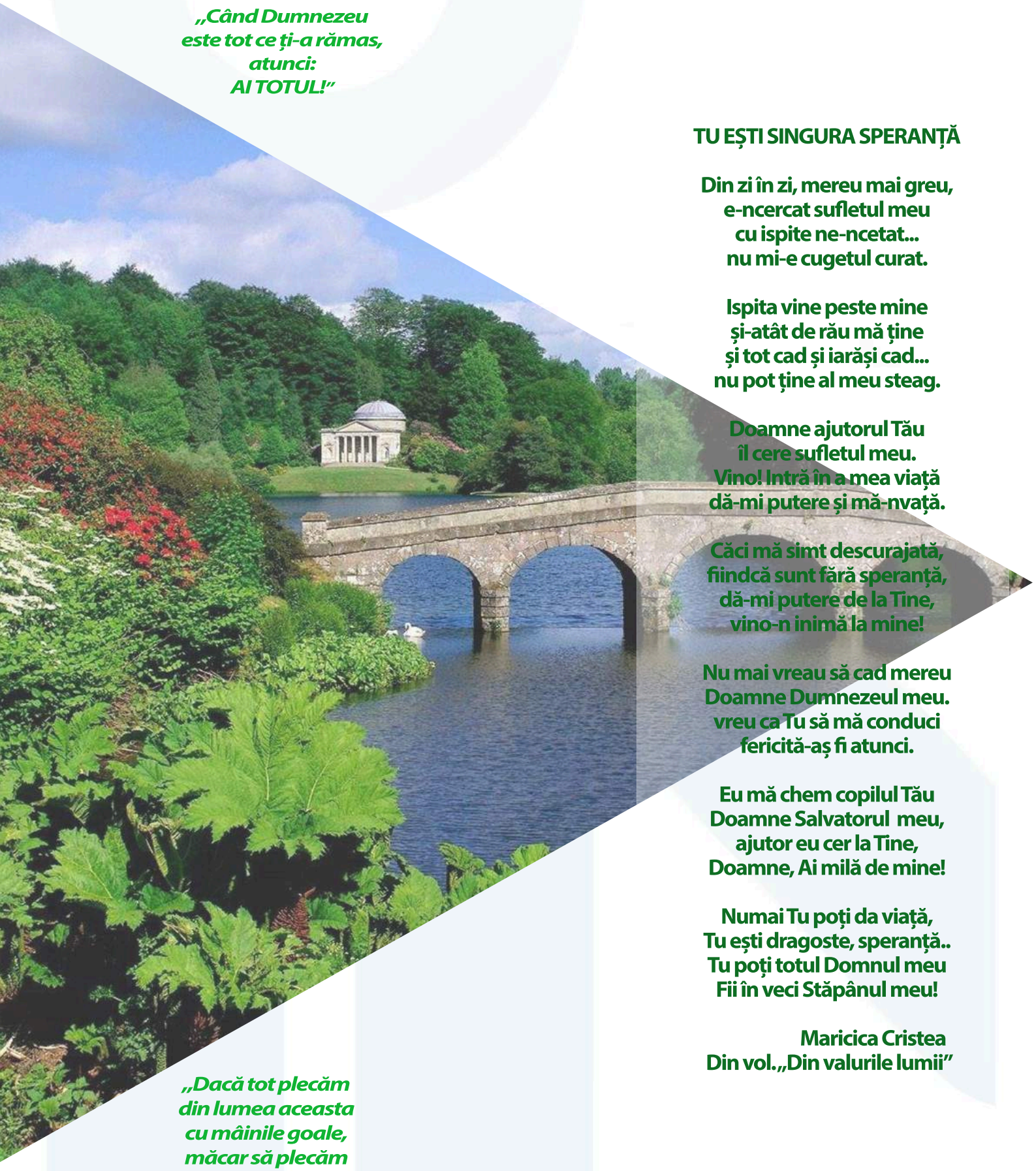
Ștefan

Ștefan, 43 ani, 1,60 m, 52 kg, handicap gradul 2, caut o fată, cu handicap gradul 2-3, cu vârsta între 30-43 ani, pentru o relație de prietenie / căsătorie, din țară sau București. Cine dorește să mă contacteze la nr. tel. 0726-968570 – 0787-867998.

Nota redacției: Responsabilitatea corectitudinii informațiilor din anunțuri, aparține în totalitate autorilor!

P.S. Pentru cei/cele care aleg să sune, rog ca limbajul și modul de exprimare să fie unul caracterizat de respect și bun simț. Îndemn să sune numai pe cei/cele care au gânduri și planuri serioase în ceea ce privește începerea unei relații.

„Când Dumnezeu
este tot ce ți-a rămas,
atunci:
AI TOTUL!"



TU EȘTI SINGURA SPERANȚĂ

Din zi în zi, mereu mai greu,
e-ncercat sufletul meu
cu ispite ne-ncetat...
nu mi-e cugetul curat.

Ispita vine peste mine
și-atât de rău mă ține
și tot cad și iarăși cad...
nu pot ține al meu steag.

Doamne ajutorul Tău
îl cere sufletul meu.
Vino! Intră în a mea viață
dă-mi putere și mă-nvață.

Căci mă simt descurajată,
fiindcă sunt fără speranță,
dă-mi putere de la Tine,
vino-n inimă la mine!

Nu mai vreau să cad mereu
Doamne Dumnezeul meu.
vreau ca Tu să mă conduci
fericită-aș fi atunci.

Eu mă chem copilul Tău
Doamne Salvatorul meu,
ajutor eu cer la Tine,
Doamne, Ai milă de mine!

Numai Tu poți da viață,
Tu ești dragoste, speranță..
Tu poți totul Domnul meu
Fii în veci Stăpânul meu!

Maricica Cristea
Din vol.„Din valurile lumii"

„Dacă tot plecăm
din lumea aceasta
cu mâinile goale,
măcar să plecăm
cu ele curate."

ÎMPREUNĂ